

## THE MATERIAL DEVELOPMENT OF EMOTIONAL MANAGEMENT OF SENIOR HIGH SCHOOL STUDENTS/THE SIMILAR GRADE OF STUDENTS

**Annisa Nur Ekanantari<sup>1</sup>, Rosmawati<sup>2</sup>, Tri Umari<sup>3</sup>**

Email: annisanur.ekanantari@gmail.com, rosandi5658@gmail.com, triumari2@gmail.com

No. Telp 082284383075

Program Studi Bimbingan dan Konseling  
Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan  
Universitas Riau

**Abstract :** *This research aims to develop Emotional Management necessary for high school students in terms of aspects of clarity, systematics, image support, freshness, completeness of the material, and support for video or games. Type of research is the development of data analysis techniques using data validity. The source of the data obtained from the supervisor 1, supervisor 2, four teachers BK, and 38 students of class XI SMAN 12 Pekanbaru. From the values given by the experts and the students gain calculation results for material gain clarity aspect value of 4.3 which includes categories Very clear, systematic aspects of the material to obtain the value of 4.3 which includes categories Very Systematic, to support aspects of the image to get the value 4.3 category that includes very good, for the renewal of the material aspects of obtaining the value of 4.1 which includes the category of Recently, to obtain material sufficiency aspect value of 4.3 which includes the category of Most Complete, to support aspects of the video or games to get the value 4.4 category that includes very good, whereas for all aspects of assessment materials indicate that the materials developed already meet the criteria expected by the acquisition value of 4.29 which includes the category of Very Good.*

**Keywords:** *Emotional Management Material*

## **PENGEMBANGAN MATERI MANAJEMEN EMOSI SISWA SMA/SEDERAJAT**

**Annisa Nur Ekanantari<sup>1</sup>, Rosmawati<sup>2</sup>, Tri Umari<sup>3</sup>**

Email: annisanur.ekanantari@gmail.com, rosandi5658@gmail.com, triumari2@gmail.com

No. Telp 082284383075

Program Studi Bimbingan dan Konseling  
Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan  
Universitas Riau

**Abstrak :** Penelitian ini bertujuan mengembangkan materi manajemen emosi yang diperlukan untuk siswa SMA ditinjau dari aspek kejelasan, sistematika, dukungan gambar, keterbaruan, kelengkapan materi, dan dukungan video atau *games*. Jenis penelitian ini adalah penelitian pengembangan dengan teknik analisis data menggunakan validitas data. Sumber data diperoleh dari dosen pembimbing I, pembimbing 2, empat orang guru BK, dan 38 siswa kelas XI SMAN 12 Pekanbaru. Dari nilai yang diberikan oleh para ahli dan siswa-siswa mendapatkan hasil perhitungan untuk aspek kejelasan materi memperoleh nilai 4,3 yang termasuk kategori sangat jelas, untuk aspek sistematika materi memperoleh nilai 4,3 yang termasuk sangat sistematis, untuk aspek dukungan gambar memperoleh nilai 4,3 yang termasuk kategori sangat bagus, untuk aspek keterbaruan materi memperoleh nilai 4,1 yang termasuk kategori Baru, untuk aspek kelengkapan materi memperoleh nilai 4,3 yang termasuk kategori sangat lengkap, untuk aspek dukungan video atau *games* memperoleh nilai 4,4 yang termasuk kategori sangat mendukung, sedangkan untuk keseluruhan aspek penilaian materi menunjukkan bahwa materi yang dikembangkan sudah memenuhi kriteria yang diharapkan dengan perolehan nilai 4,29 yang termasuk kategori sangat baik.

***Kata Kunci:*** Materi Manajemen Emosi

## PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan aspek penting dalam kehidupan. Pendidikan merupakan suatu upaya mengembangkan keterampilan dan pengetahuan yang dilakukan secara sadar dan berkelanjutan. Kemudian dijadikan suatu hal yang mutlak dijalani dari setiap individu. Sehingga memunculkan istilah sekolah yang dianggap sebagai wadah dalam melakukan proses pendidikan. Dalam proses pendidikan di Indonesia, proses belajar mengajar lebih banyak diarahkan pada kemampuan kognitif saja. Siswa jarang diajarkan atau dilatih untuk mengembangkan aspek emosinya. Pada dasarnya emosi banyak berpengaruh terhadap fungsi-fungsi psikis lainnya seperti pengamatan, tanggapan, pemikiran, dan kehendak.

Periode perkembangan siswa SMA dapat dikategorikan berada pada usia remaja. Menurut Sarlito Wirawan Sarwono (dalam Risa Yuliani, 2013) mengemukakan bahwa remaja adalah suatu masa dimana individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekunder sampai saat ia mencapai kematangan seksual, individu mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi dari kanak-kanak menjadi dewasa, terjadi peralihan dari ketergantungan sosial-ekonomi yang penuh kepada keadaan yang relatif lebih mandiri.

Dari penjelasan di atas bahwa masa remaja merupakan masa yang kompleks. Di mana remaja mengalami periode transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa. Dalam masa ini individu mengalami banyak tantangan perkembangannya, baik dari dalam diri maupun luar diri terutama lingkungan sosial. Diantara perkembangan yang dialami oleh remaja adalah perkembangan intelegensi, emosi, sosial, dan moral. Dengan mengetahui tugas perkembangan emosi remaja dapat mencegah konflik yang terjadi di keseharian remaja (dalam Risa Yuliani, 2013).

Perilaku remaja yang muncul sangat banyak diwarnai emosi. Emosi remaja terungkap karena adanya gejala-gejala emosional yang timbul dari remaja tersebut seperti perasaan marah, takut, sedih, cemas, jijik/muak, dan rasa bersalah. Emosi berfungsi sebagai motivasi atau penyebab timbulnya semacam kekuatan agar seseorang bertindak laku. Tingkah laku yang terdapat dalam emosi bersifat positif dan negatif.

Pada kenyataannya di Era globalisasi dan Era teknologi yang sudah maju seperti sekarang ini, masih banyak remaja mengalami permasalahan dengan perilaku dan emosi mereka yang tidak wajar. Emosi remaja yang tidak dapat dikendalikan dengan baik, akan mempengaruhi prestasi belajarnya di sekolah. Mengendalikan emosi merupakan hal penting yang harus dilakukan siswa demi meraih prestasi belajar yang optimal. Menurut hasil penelitian sebelumnya oleh Gesti alfiah, H. Opod, dan J.S.V. Sinolungan pada tahun 2012 tentang gambaran kecerdasan emosional dan prestasi belajar pada siswa negeri XI Manado, menunjukkan kecerdasan emosional siswa kelas II SMPN XI Manado termasuk dalam kategori sedang, dengan rata-rata prestasi responden sedang. Kemampuan mengenali emosi diri sendiri siswa adalah tinggi dengan, nilai rata-rata prestasi (sedang). Kemampuan mengelola emosi diri sendiri, kemampuan memotivasi diri sendiri, kemampuan mengenali emosi orang lain, kemampuan mengelola emosi orang lain serta kemampuan memotivasi orang lain siswa adalah sedang, dengan nilai rata-rata prestasi (sedang). Adanya keterkaitan antara kecerdasan emosional dengan prestasi belajar siswa SMPN XI Manado.

Salah satu fungsi khusus pada layanan Bimbingan dan Konseling, yaitu fungsi penyesuaian. Fungsi penyesuaian ini membantu siswa untuk memperoleh penyesuaian

pribadi dan memperoleh kemajuan dalam keberkembangannya secara optimal (Zainal Aqib, 2012).

Pengembangan materi tentang manajemen emosi sangat penting karena belum tersedianya bahan ajar atau modul tentang manajemen emosi untuk siswa SMA di Provinsi Riau, yang nantinya bisa dijadikan sebagai bahan ajar bagi guru yang disajikan dalam bentuk materi yang efektif, efisien dan menarik serta akan memberi pengaruh yang baik terhadap peningkatan kognitif, afektif dan konatif siswa yang dilengkapi dengan dukungan gambar dan video yang mendukung materi tersebut.

Dari hasil observasi yang dilaksanakan terhadap siswa SMA Negeri 12 Pekanbaru, penulis menemukan gejala-gejala bahwa masih banyak siswa yang tidak memelihara emosi positif secara konstruktif sehingga hanya emosi negatif yang menguasai dirinya seperti bertingkah laku kurang sopan baik terhadap teman sebaya maupun dengan guru, bersikap dan berkata kasar terhadap teman-temannya, sering mengejek dan membully teman sebaya di lingkungan sekitarnya, ada juga siswa yang bolos sekolah karena tersinggung telah diolok-olok dan diejek oleh teman, dan masih banyak siswa yang tidak mematuhi peraturan dan tata tertib sekolah.

Berdasarkan gejala-gejala diatas maka dapat dilihat bahwa banyak siswa yang memerlukan pengembangan materi tentang manajemen emosi. Pengembangan materi tentang manajemen emosi sangat penting karena perlu adanya pembaruan terhadap materi, dan pada akhirnya dapat dijadikan sebagai bahan ajar bagi guru bimbingan konseling yang disajikan dalam bentuk materi yang efektif dan semenarik mungkin.

Oleh karena itu, berdasarkan pengamatan dan penjelasan yang telah di uraikan diatas, peneliti ingin mengembangkan materi layanan berdasarkan masalah tersebut dengan judul, yakni **“PENGEMBANGAN MATERI MANAJEMEN EMOSI SISWA SMA/SEDERAJAT”**

## **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah metode Penelitian dan Pengembangan atau Research & Development (R&D). Penelitian dan pengembangan atau *Research and Development* (R&D) adalah suatu metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu dan menguji keefektifan produk tersebut (Sugiyono, 2009). Menurut Sugiyono (2010), langkah-langkah penelitian dan pengembangan meliputi: potensi dan masalah, mengumpulkan informasi, desain produk, validasi desain, perbaikan desain, uji coba produk, revisi produk, uji coba pemakaian, revisi produk tahap akhir, pembuatan produk masal. Validator terdiri dari dosen, guru BK, dan siswa. Adapun prosedur validasi penyusunan materi bimbingan sebagai berikut: peneliti menyusun materi bimbingan berdasarkan literature (buku-buku), jurnal/ kliping, materi yang telah direvisi, ditelaah oleh guru pamong. Para ahli diminta pendapatnya mengenai materi yang telah disusun itu. Materi yang sudah direvisi, direview oleh guru pamong dan guru BK lainnya dengan memberikan penilaian dan saran. Memperbaiki materi berdasarkan saran dari para ahli. Mengkonsultasikan materi yang sudah direvisi dengan pembimbing I dan pembimbing II, kemudian disempurnakan sampai siap untuk diuji cobakan kepada siswa, dan tahap terakhir peneliti melakukan uji coba materi kepada siswa. Diakhir penyajian materi siswa diminta untuk memberikan penilaian terhadap materi manajemen emosi yang

peneliti susun. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah dengan menggunakan lembar validasi menggunakan skala penilaian (Skala Likert). Kategori validitas materi layak di gunakan apabila rata-rata skor  $> 4,2$  dengan kategori sangat baik,  $3,4 - 4,2$  kategori baik,  $2,6 - 3,4$  kategori cukup baik,  $1,8 - 2,6$  kategori kurang,  $\leq 1,8$  kategori sangat kurang (Sudijono dalam Eko Putro Widiyoko, 2008).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil validasi dari validator yang melibatkan dosen pembimbing I, dosen pembimbing II, 4 orang guru BK, dan 38 siswa kelas XI MIPA 2 SMAN 12 Pekanbaru. Didapat hasil validasi pada materi manajemen emosi untuk setiap aspek materi oleh setiap validator dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel.1 Hasil Analisis Validitas Materi Manajemen Emosi oleh Seluruh Validator

No	Indikator yang Dinilai	Dosen	Guru BK	Siswa	Rata-rata	Kualitas
1	Kejelasan Materi	4,5	4,25	4,21	4,32	Sangat jelas
2	Sistematika Materi	4,5	4,25	4,18	4,31	Sangat sistematis
3	Dukungan Gambar	4,5	4	4,29	4,26	Sangat bagus
4	Keterbaruan Materi	4	4,25	4,11	4,12	Baru
5	Kelengkapan Materi	4,5	4,25	4,21	4,32	Sangat lengkap
6	Dukungan Games/Video	5	4	4,29	4,43	Sangat mendukung
Rata-rata Seluruh Indikator		4,5	4,17	4,22	4,29	Sangat baik

( Sumber : Data Olahan Penelitian)

Berdasarkan tabel 1, diketahui bahwa skor rata-rata pada aspek kejelasan materi adalah 4,32 dengan kategori Sangat Jelas, skor rata-rata pada aspek sistematika materi adalah 4,31 dengan kategori Sangat Sistematis, skor rata-rata pada aspek dukungan gambar adalah 4,26 dengan kategori Sangat Bagus, skor rata-rata pada aspek keterbaruan materi adalah 4,12 dengan kategori Baru, skor rata-rata pada aspek kelengkapan materi adalah 4,32 dengan kategori Sangat Lengkap, skor rata-rata pada aspek dukungan video atau games adalah 4,43 dengan kategori Sangat Mendukung, dan skor rata-rata keseluruhan aspek materi adalah 4,29 dengan kategori Sangat Baik. Sehingga materi ini layak digunakan oleh guru Bimbingan dan Konseling di sekolah.

Berdasarkan hasil analisis data dengan memperhatikan skor ideal dan kriteria kualitas maka dapat diketahui hasil penelitian ini adalah tersusunnya materi manajemen emosi yang sesuai untuk siswa kelas XI SMA, dengan kualitas materi yang dihasilkan berada pada kategori “Sangat Baik” dengan persentase keidealan sebesar 85,8 %. Hal ini didapatkan dari penilaian yang dilakukan oleh dosen pembimbing I dan II, guru BK dan 38 siswa kelas XI. Dari hasil kualitas tersebut maka dapat dikatakan materi manajemen emosi yang telah disusun dapat menjadi bahan pertimbangan oleh guru bimbingan dan konseling/konselor sekolah untuk dijadikan sebagai bahan ajar dalam pemberian layanan informasi khususnya untuk kelas XI SMA/MA sederajat.

Siswa yang mendapatkan materi tentang manajemen emosi akan mampu mengendalikan serta mengelola emosi yang timbul dalam dirinya. Dengan disajikannya

materi ini juga dapat mendorong dan meningkatkan empati siswa, kerjasama, memperlancar komunikasinya dengan orang lain yang berada di lingkungan sekitar. Siswa juga akan mengetahui dampak-dampak positif dan negatif yang akan dirasakan dari emosi yang timbul dalam dirinya. Sehingga dengan mengetahui dampak tersebut, diharapkan siswa nantinya untuk dapat mengelola serta mengendalikan emosi yang ada.

Dengan pentingnya materi manajemen emosi sebagaimana yang dijelaskan diatas, maka peneliti merasa perlu untuk mengembangkan materi ini agar kiranya materi ini dapat digunakan kepada siswa dan dapat dikembangkan lebih lanjut oleh guru bimbingan dan konseling maupun oleh peneliti yang lainnya agar materi ini lebih lengkap, lebih luas, dan lebih mendalam lagi pembahasannya.

## **SIMPULAN DAN REKOMENDASI**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan : 1) Telah tersusun materi tentang manajemen emosi ditinjau dari kejelasan, sistematika, dukungan gambar, keterbaruan, kelengkapan dan dukungan video & *games* untuk siswa SMA sebagai mana dapat dilihat pada lampiran 2) Kualitas materi manajemen emosi yang dihasilkan berdasarkan aspek penilaian kejelasan materi, sistematika materi, dukungan gambar, keterbaruan materi, kelengkapan materi, dukungan video dan *games* adalah “Sangat Baik” artinya materi layak untuk digunakan.

### **Rekomendasi**

Adapun rekomendasi dari penulis adalah: 1) Kepada guru BK di SMA Negeri 12 Pekanbaru hendaknya dapat memanfaatkan layanan ini untuk membantu siswa dalam mengelola dan mengendalikan emosinya dengan baik 2) Kepada Guru pembimbing atau guru BK agar dapat digunakan dan dikembangkan materi layanan tersebut baik dalam sekolah maupun diluar sekolah melalui kegiatan Musyawarah Guru Bimbingan Konseling (MGBK).

## **DAFTAR PUSTAKA**

Ardi.2010.Emosi Negatif & Penyebabnya.(Online),

[file:///C:/Users/Administrator/Downloads/JURNAL%20EMOSI/Emosi%20Negatif%20dan%20Penyebabnya\\_PSYCHOLOGYMANIA.htm](file:///C:/Users/Administrator/Downloads/JURNAL%20EMOSI/Emosi%20Negatif%20dan%20Penyebabnya_PSYCHOLOGYMANIA.htm) (diakses 20 Januari 2016)

Debora Simanjorang dan Friska Sipayung.2012. Pengaruh Kecerdasan Intelektual, Kecerdasan Emosional, dan Kecerdasan Spiritual Terhadap Sikap Etis Mahasiswa Manajemen. *Jurnal Ekonom*. 15(2) : 75-89. Fakultas Ekonomi Universitas Sumatera Utara. Medan (diakses 30 April 2016)

- Eka Nicho.2015.Akuntansi & Manajemen.(Online),  
<http://nichonotes.blogspot.co.id/2015/02/pengertian-manajemen.html> (diakses 14 Februari 2016)
- Eko Putro Widiyoko. 2009. Pengembangan Model Evaluasi Kualitas dan Output Pembelajaran IPS di SMP. *Jurnal Penelitian dan Evaluasi Pendidikan* 1(XI): 40-54 (diakses 14 Februari 2016)
- Gesti alfiah, H.Opod, J.S.V. Sinolungan.2013. Gambaran Kecerdasan Emosional Dan Prestasi Belajar Pada Siswa Negeri XI Manado.1(1): 64-70. Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado (diakses 23 Mei 2016)
- Ika Zenita Ratnaningsih.2015. Manajemen Emosi Sesuai Tuntutan Kerja (*emotional labor*) ditinjau dari Tipe Kepribadian pada wiraniaga. *Jurnal Psikologi*. 14(1):21-28. Universitas Diponegoro (diakses 10 April 2016)
- Komariah,Aan.2012.Metodologi Penelitian Kualitatif.ALFABETA. Bandung
- Kuntoro.2006. Kemampuan Manajemen Emosi Pada Narapidana. Fakultas Psikologi Universitas Semarang (diakses 30 Mei 2016)
- Lusiawati. 2013.kecerdasan emosi dan penyesuaian diri pada remaja awal yang tinggal di panti asuhan Uswatun Hasanah Samarinda.1(1):167-176. Fakultas Sosial dan Ilmu Politik Unmul (diakses 30 Mei 2016)
- Nurdin.2009.Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Penyesuaian Sosial Siswa di Sekolah. *Jurnal Psikologi*. 9(1):86-102 (diakses 10 April 2016)
- Nuri Aprilia, Herdina Indrijati.2014. Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dengan Perilaku Tawuran Pada Remaja Laki-Laki yang Pernah Terlibat Tawuran di SMK “B” Jakarta. *Jurnal Psikologi dan Perkembangan*.3(1). Fakultas Psikologi. Universitas Airlangga (diakses 10 April 2016)
- Nurmaningsih.2011.Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa. Vol.1:13-22 (diakses 19 Maret 2016)
- Ridwan Saptoto.2010.Hubungan Kecerdasan Emosi dengan Kemampuan *Coping* Adaptif.*Jurnal Psikologi*.37(1):13-22. Fakultas Psikologi. Universitas Gadjah Mada (diakses 19 Maret 2016)
- Risa Yuliani.2013. Emosi Negatif Siswa Kelas XI SMAN 1 Sungai Limau. *Jurnal Ilmiah Koseling*. 1(2) : 151-155. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang. Padang (diakses 14 Februari 2016)
- Rudi Mulyatiningsih. 2006. Bimbingan Pribadi-Sosial, Belajar dan Karir. PT Gramedia Widiasarana Indonesia. Jakarta

- Safaria, Triantoro.2012.Manajemen Emosi.PT Bumi Aksara.Jakarta
- Sugiyono.2010. Statistika Untuk Penelitian. Alfabeta. Bandung
- Sudarwan Danim. 2007. Visi Baru Manajemen Sekolah.Bumi Aksara. Jakarta
- Sudjana.2005.Metoda Statitiska.Tarsito.Bandung
- Sri Haryati.2012.Research and Development(R&D) sebagai salah satu model penelitian dalam bidang pendidikan. 37(1) : 11-26. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan UTM (diakses 14 Februari 2016)
- Suharsimi Arikunto.2006.Metodologi Penelitian.Bina Aksara.Yogyakarta.
- Syamsu Yusuf LN.2007. Profile Penyesuaian Emosi Remaja dan Implikasinya Terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling. Universitas Pendidikan Indonesia
- Zainal Aqib.2012. *Ikhtiar Bimbingan & Konseling di Sekolah*. Bandung. Yrama Widya.
- Zulfan Saam,SM. 2009.*Psikologi Keperawatan*. UR Press. Pekanbaru